



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Confort

SEMAINE N°21 : 24 MAI 2021 AU 30 MAI 2021

CLIENT

Légende

Menu A recommandé

Menu B recommandé

Menu C (soir) recommandé

Equilibré par la diététicienne

Pour toutes questions

02.51.05.38.20

A RETOURNER A VOTRE
LIVREUR AVANT LE

Vendredi 07 mai

Salade du chef : riz, épaule de porc, tomate, œuf dur
Salade bicolore : carottes, radis râpés

Semoule fantaisie : semoule, tomate, maïs

Chou-fleur à la grecque : Chou-fleur, tomate, concombre

Blettes à la parisienne :

bllettes, jambon, béchamel
Moussaka : gratin aubergines grillées, tomate, boeuf

Sce Vallée d'Auge : crème, cidre, pomme, oignons

Caroline aux champignons : pâtes à choux, champignons, béchamel

Sauce provençale : tomates concassées, olive verte, herbes de provence

Sce grand-mère : crème, lardons, champignons, oignons

Pêlé Mêle provençal :

brunoise aubergine, courgette, tomate, poivron
Poêlée de légumes : haricots verts, carottes, navets

Trio de légumes : haricots verts, carottes, choux-fleurs

Sce aurore : crème, fumet poisson, tomate, oignons

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Salade de perles aux petits légumes	Carottes cuites au cumin	Betteraves cuites
Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Betteraves cuites	Betteraves cuites	
	Plats complets	Plats complets
Plats	Haricots verts volaille	Risotto de poisson
Cuisse de poule au jus		Plats
Filet lieu sauce citron	Plats	Omelette
Escalope de dinde	Sauté de boeuf au jus	Escalope de dinde
Jambon blanc	Escalope de dinde	Jambon blanc
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Steak cru
		Steak haché veau jus
Garnitures	Garnitures	Garnitures
Riz créole	Coquillettes	Purée pomme de terre
Poireaux béchamel	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Haricots verts
Pâtes		
Haricots verts	Laitages	Laitages
	Gouda	Fondu président
Laitages	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
Saint Paulin	Yaourt nature	Yaourt nature
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Yaourt aromatisé		
Fromage blanc	Desserts	Desserts
	Poire	Purée pommes
Desserts	Semoule au lait	Pomme du Verger
Oeufs au lait	Mousse au chocolat	Tartelette pommes
Liégeois café	Tartelette pommes	Bouillie de froment
Pomme du Verger	Purée de fruits	
Tapioca au lait		
Tartelette pommes	Suppléments	Suppléments
Purée de fruits	Petit pain	Petit pain
	1/2 baguette	1/2 baguette
Suppléments	Baguette	Baguette
Petit pain	Baguette tradition	Baguette tradition
1/2 baguette	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Baguette	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Baguette tradition	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
Pain complet tranché		
Pain de maïs tranché		
Pain épeautre tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Semoule mimolette	Pomme de terre vinaigrette	Haricots verts V	Surimi
Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage crécy
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Plats	Plats	Plats	Plats complets
Poulet sauce Vallée d'Auge	Filet colin sauce aurore	Emincé dinde au jus	Gratin de poisson aux épinards
Jambon blanc	Rôti porc au jus	Oeufs durs béchamel	
Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Plats
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Jambon blanc	Sauté de porc au jus sse
	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Escalope de dinde
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Jambon blanc
Poêlée légumes	Carottes navets persil	Purée pomme de terre	Steak haché veau jus
Blettes	Pomme de terre vapeur	Riz pilaf	
Haricots verts	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Garnitures
Pâtes	Pâtes	Pâtes	Penne rigate (pâtes)
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Haricots verts	Haricots verts
Purée pomme de terre			Pomme de terre vapeur
			Purée pomme de terre
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Fraidou	Yaourt nature	Pavé 1/2 sel	Yaourt nature
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Yaourt aromatisé		Fromage blanc	
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Flan nappé caramel	Purée pomme miel	Tapioca lait cannelle	Moelleux nature
Fromage blanc coulis mangue	Entremets vanille	Liégeois café	Poire
Riz au lait café	Crème dessert caramel	Pomme du Verger	Flan chocolat
Tartelette pommes	Tapioca lait chocolat	Floraline lait vanille	Bouillie froment fleur oranger
Purée de fruits	Tartelette pommes	Purée de fruits	Purée de fruits
	Suppléments	Tartelette pommes	Tartelette pommes
Suppléments	Petit pain		
Petit pain	1/2 baguette	Suppléments	Suppléments
1/2 baguette	Baguette	Petit pain	Petit pain
Baguette	Baguette tradition	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette tradition	Baguette campagne tranché	Baguette	Baguette
Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain épeautre tranché		Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
		Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché